

## Program półkolonii Lion Sailing for kids 2024

Półkolonie Lion Sailing for kids to żeglarska przygoda dla chłopców i dziewczynek w wieku 6-13 lat. Podczas 5-dniowego turnusu nad Zalewie Zegrzyńskim bawimy się poznając tajniki samodzielnego pływania na łódkach Optimist i odkrywając niesamowity świat żeglarstwa. Poznajemy zasady bezpiecznego pływania, kierunki wiatrów i węzły oraz budowę łódek. Po nauce przychodzi czas na zabawę. Szukamy wtedy skarbu piratów, budujemy tratwy oraz tworzymy flagi dla swoich okrętów. Odbywamy też rejs po Zalewie Zegrzyńskim na łódkach Omega i pobijamy rekordy prędkości podczas przejazdu motorówką.

Są to idealne półkolonie dla dzieci które nie pływały wcześniej same, a także dla tych, które miały już wcześniej styczność z Optimistem lub inną formą żeglarstwa. Zajęcia prowadzone są w grupach, z podziałem na początkujących i bardziej doświadczonych żeglarzy oraz na podstawie wieku\*. Dzieci które stawiają swoje pierwsze kroki w żeglarstwie pływając na Optimisie w parach, dzieląc i wymieniając się zadaniami na łódce. Bardziej doświadczone osoby mogą pływać pojedynczo, ucząc się bardziej zaawansowanych elementów żeglowania.

\*o przydziale do danej grupy decyduje organizator

### Program zajęć

- **Bezpieczeństwo** - zasady bezpieczeństwa nad wodą, korzystanie ze sprzętu i kamizelek asekuracyjnych,
- **Nauka samodzielnego żeglowania** - nauka budowy łódek Optimist, przygotowywania łódek, podstawowa teoria żeglowania, nauka sterowania, obsługi żagla i podstawowych manewrów, nauka pływania różnymi kursami,
- **Zajęcia okołożeglarskie** - nauka węzłów żeglarskich, podstawy budowy łódek,
- **Gry i zabawy na łądzie** - szukanie skarbu piratów, malowanie pirackich flag dla swoich okrętów, budowanie tratw,
- **Inne atrakcje** - rejs po Zalewie Zegrzyńskim łódkami Omega, rejs motorówką,

### Ramowy program dnia

|  |
|--|
| 08:15 - wyjazd autokarem z Warszawy (parking Warszawa Stadion) |
| 09:00 - przyjazd nad Zegrze, poranna odprawa                   |
| 09:30 - zajęcia na Optimistach / blok zajęć okołożeglarskich*  |
| 12:30 - obiad  |
| 13:30 - blok zajęć okołożeglarskich / zajęcia na Optimistach*  |
| 16:30 - podsumowanie dnia                                      |
| 17:00 - wyjazd do Warszawy                                     |
| ok. 18:00 - przyjazd do Warszawy                               |

\*w zależności od grupy zajęcia na wodzie odbywają się przed lub po południu

### Miejsce półkolonii

Półkolonie organizujemy na terenie mariny MOS nr.2 (ul. Warszawska 21, Zegrze Południowe), będącej miejscem, gdzie od ponad 50 lat wychowują się kolejne pokolenia młodych żeglarzy. Jest to miejsce idealnie przystosowane do pierwszych kroków w żeglarstwie i poznawania jego tajników.

## Wyżywienie

Zapewniamy obiad w formie zupy, drugiego dania i deseru (owoc, batonik lub lody). Istnieje możliwość dostosowanie diety do różnych alergii i nietolerancji pokarmowych. W takim celu prosimy o zgłoszenie tego podczas wypełniania formularza kwalifikacyjnego, a w przypadku bardzo restrykcyjnej diety prosimy o kontakt na lionsailing@gmail.com.

## Transport

Dojazd na miejsce półkolonii zapewniamy w cenie imprezy. Realizujemy go autokarem kierowanym przez zawodowego kierowcę, a przez całą drogę dzieci są pod opieką naszych wychowawców. Ruszamy o 8:15 z parkingu przy stacji Warszawa Stadion (dokładne miejsce postoju autokaru prześlemy Państwu przed danym turnusem). Miejsce przyjazdu na koniec dnia jest takie samo, a planowaną godziną jest 18:00. W razie jakichkolwiek opóźnień na drodze będziemy państwa na bieżąco informować.

Istnieje możliwość dojazdu własnego na miejsce półkolonii. W takim przypadku prosimy o zaznaczenie takiej opcji w formularzu kwalifikacyjnym.

## Ubezpieczenie NNW

Uczestnikom naszych półkolonii zapewniamy ubezpieczenie NNW, które wykupujemy w SIGNAL IDUNA Polska TU S.A., w wariantcie standard na sumę 10 000 zł. Warunki i zakres ubezpieczenia określony jest w dokumencie - Ogólne Warunki Ubezpieczenia NNW.

## Co zabrać na półkolonie?

- ubranie do żeglowania (takie które może się zmoczyć, dzieci będą wchodzić w nim do wody), najlepiej kostium kąpielowy, koszulka i spodenki, (może być również krótka pianka ale w upalne dni może być w niej gorąco), w chłodniejsze dni również kurtka przeciwdeszczowa,
- buty do wchodzenia do wody, takie, które nie spadną ze stóp (nie kalosze lub klapki), np. buty piankowe, wodoodporne sandały lub po prostu buty, które mogą zostać zmoczone
- ręcznik
- czapkę z daszkiem
- bidon na wodę
- krem przeciwsłoneczny
- coś do przekąszenia

## Dokumenty

- Karta uczestnika półkolonii
- Zgoda na uprawianie turystyki wodnej
- Oświadczenie COVID-19
- Upoważnienie do odbioru dziecka (jeśli potrzebne)

Dokumenty znajdują się na naszej stronie, oraz przesłane zostaną w mailu organizacyjnym przed turnusem. Prosimy je wydrukować i wypełnione przekazać wychowawcy rano pierwszego dnia turnusu.

## Fotorelacja

Z każdego turnusu tworzymy fotorelację, do której dostęp będziemy przysyłać państwu mailowo. Zachęcamy też do obserwowania naszych social mediów (facebook i instagram @lionsailing ).